

A stylized blue plant with large, overlapping leaves and a thin stem, set against a light blue background with soft, glowing light spots. The plant is positioned on the left side of the cover, extending from the bottom towards the top.

骨折诊治与 康复调养

编 著 © 李引刚 刘艳平 高新彦

GUZHE ZHENZHI YU
KANGFU TIAOYANG



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

骨折诊治与 康复调养

主编 曹中明 副主编 曹中明 曹中明

GUZHE ZHENZHIE YU
KANGFU TIAOYANG



山东人民出版社

骨折诊治与康复调养

GUZHE ZHENZHI YU KANGFU TIAOYANG

编 著 李引刚 刘艳平 高新彦



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

骨折诊治与康复调养/李引刚,刘艳平,高新彦编著. —北京:
人民军医出版社,2010.1

ISBN 978-7-5091-3302-6

I. ①骨… II. ①李… ②刘… ③高… III. ①骨折—
诊疗—问答②骨折—康复—问答 IV. ①R683—44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 229055 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:薛 镭 责任审读:杨磊石

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927292

网址:www.pmmp.com.cn

印、装:北京国马印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:4.5 字数:107千字

版、印次:2010年1月第1版第1次印刷

印数:0001~4500

定价:15.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书以问答形式介绍了骨折诊治与康复调养的相关知识和技术方法,包括骨折原因、分类、表现、救治等基本知识,骨折牵引、固定等基本治疗与护理知识,上肢、下肢、脊柱、骨盆骨折的诊断、处理与康复锻炼,常见骨折并发症和骨关节脱位的诊治与护理调养,以及骨折后的膳食调养和医疗体育等。内容实用,阐述简明,图文互补,对普及骨折防治与康复知识,提高骨折诊治、护理与康复水平,具有很好的参考价值。本书适于基层医务人员、骨科护理人员、骨折患者及家属阅读参考,也可作为健康人群的科普读物。

前 言

骨折是常见病、多发病,对人类健康危害极大。笔者接诊不少患者,手术虽然非常成功,但常因医、护、患对骨折康复训练重视不够,常有骨折畸形、关节粘连、肌肉萎缩,甚至肢体功能丧失,给患者造成终身残疾。

作者总结自己 20 多年中西医结合骨科医疗经验,针对低年资住院医师、护士、骨折患者及家属经常关心的有关骨折诊断、治疗、康复、饮食调养等问题,以问答形式编辑成册,并赋予适当图解,经我院医护人员及患者反复阅读并提出意见加以修改,历时 3 年,反映良好。为了推广有关骨折诊断、治疗、康复锻炼、饮食调养等有关知识,指导患者合理、有效、正确的功能康复,提高健康水平,特编写《骨折诊治与康复调养》一书。

本书在编写过程中,得到党苗亚、杨毓华、李彦民、刘德玉等老师的大力支持和帮助,在此表示感谢!

限于作者水平,书中如有错漏不当之处,欢迎读者批评指正。

李引刚

2009 年 8 月

目 录

第 1 章 骨折概述	(1)
1. 全身骨骼有哪些?	(1)
2. 什么是骨折?	(1)
3. 骨折是怎样分类的?	(1)
4. 引起骨折的原因有哪些?	(3)
5. 骨折后有哪些表现?	(3)
6. X 线检查对骨折的诊断有什么意义?	(5)
7. 骨折后急救原则是什么?	(6)
8. 为什么开放骨折患者在骨折断端戳出皮肤时不能立即 将骨折复位?	(6)
9. 骨折后如何及时发现神经和血管损伤?	(6)
10. 骨折治疗的主要方面有哪些?	(6)
11. 中医接骨是怎么回事?	(8)
12. 怎么判断骨折已达到了临床愈合?	(8)
13. 影响骨折愈合的因素有哪些?	(10)
14. 骨折整复固定后为什么要进行功能锻炼?	(11)
15. 功能锻炼的原则是什么?	(11)
16. 功能锻炼的方法有哪些?	(12)
17. 进行功能锻炼要注意哪些问题?	(13)
18. 骨伤科常用中成药有哪些?	(14)
19. 中医骨伤科常用的药物外治法有哪几类?	(16)

20. 熏洗药应怎样用?	(16)
21. 热敷药如何用?	(16)
第2章 骨科基本治疗后护理	(17)
1. 什么是牵引?	(17)
2. 牵引的目的是什么?	(17)
3. 常见的牵引方法有哪些?	(17)
4. 什么是皮肤牵引? 有什么优缺点?	(17)
5. 皮肤牵引后应注意哪些问题?	(18)
6. 什么是骨牵引? 有什么优缺点?	(19)
7. 骨牵引后应注意哪些问题?	(19)
8. 骨牵引患者出现针道感染怎么办?	(20)
9. 牵引针拔出后针眼如何护理?	(21)
10. 什么是小夹板固定? 优点是什么?	(21)
11. 小夹板固定后肢体肿胀怎么办?	(21)
12. 小夹板固定后血液循环障碍有哪些表现?	(22)
13. 小夹板固定后是否需要随时调节扎带的松紧度? ..	(22)
14. 小夹板固定后是否需要定期复查?	(23)
15. 石膏固定有什么优缺点?	(23)
16. 石膏固定后应注意哪些方面?	(23)
17. 人体不同部位石膏固定需要的时间为多长?	(23)
18. 下肢骨折石膏拆除后出现肢体水肿怎么办?	(26)
19. 手术前为什么要进行心电图、X线片、常规化验检查?	(26)
20. 医师在手术前为什么要询问患者的病史、用药史?	(26)
21. 医师在手术前为什么会要求患者或家属签署手术知情 同意书?	(26)
22. 手术前1~2天患者应做哪些方面的准备工作?	(27)
23. 女性患者为什么不宜在月经期手术?	(27)

24. 手术后常见情况如何处理?	(27)
25. 骨折的内固定物一般什么时候可以取出?	(28)
第3章 上肢骨折	(29)
1. 锁骨骨折的原因是什么? 怎样判断是否发生锁骨骨折?	(29)
2. 发生锁骨骨折怎么办?	(29)
3. 锁骨骨折在治疗中应注意哪些问题?	(31)
4. 锁骨骨折的患者如何进行功能锻炼?	(32)
5. 儿童锁骨骨折如何进行有效护理?	(32)
6. 肱骨骨折常见种类有哪些?	(33)
7. 如何判断发生了肱骨大结节骨折?	(33)
8. 如何判断发生了肱骨外科颈骨折?	(33)
9. 肱骨外科颈骨折如何进行有效护理?	(34)
10. 肱骨外科颈骨折手法复位后怎样进行功能锻炼? ...	(34)
11. 什么是肱骨干骨折? 如何判断?	(36)
12. 如何判断发生了肱骨髁上骨折?	(36)
13. 肱骨髁上骨折的伸直型和肘关节脱位如何鉴别? ...	(36)
14. 肱骨髁上骨折临床分为哪几种?	(37)
15. 肱骨髁上骨折的治疗方法有哪些?	(38)
16. 肱骨髁上骨折并发症及后遗症有哪些?	(41)
17. 儿童肱骨髁上骨折后如何进行有效护理?	(42)
18. 怎样判断肱骨骨折是否存在神经血管损伤?	(43)
19. 肱骨骨折患者怎样进行上肢康复锻炼?	(43)
20. 什么是前臂骨折? 怎样判断是否发生了前臂骨折?	(44)
21. 发生了前臂骨折怎么办?	(46)
22. 什么是孟氏骨折(尺骨上1/3骨折并发桡骨头脱位),临床 如何分型?	(46)
23. 孟氏骨折后如何护理?	(46)

24. 什么是前臂双骨折? 临床常见移位形式有哪些? ...	(47)
25. 前臂双骨折后如何治疗?	(48)
26. 前臂双骨折后如何进行护理?	(48)
27. 什么是桡骨远端骨折, 怎样判断是否发生桡骨远端骨折?	(50)
28. 发生桡骨远端骨折怎么办?	(50)
29. 桡骨远端骨折患者在康复治疗过程中应注意哪些问题?	(51)
30. 怎样防止前臂骨折后的肌肉萎缩?	(53)
31. 腕、手部骨折恢复期的患者如何进行功能锻炼?	(53)
32. 上肢骨折石膏固定后出现关节僵硬应如何功能锻炼?	(54)
第4章 下肢骨折	(58)
1. 髌骨骨折包括哪几种?	(58)
2. 什么是股骨颈骨折?	(58)
3. 股骨颈骨折如何诊断?	(59)
4. 发生股骨颈骨折怎么办?	(60)
5. 股骨颈骨折内固定术后如何功能锻炼?	(62)
6. 股骨颈骨折髋关节置换术后早期如何功能锻炼?	(62)
7. 股骨颈骨折髋关节置换术2周后如何功能锻炼?	(65)
8. 股骨颈骨折患者出院后应注意什么?	(65)
9. 股骨粗隆间骨折后怎样处理?	(66)
10. 髋关节骨折患者需要多长时间才能下地行走?	(66)
11. 粗隆间骨折应该如何进行功能锻炼?	(68)
12. 什么是股骨干骨折?	(69)
13. 股骨干骨折有哪些特点和临床表现?	(70)
14. 发生了股骨干骨折怎么办? 如何搬运?	(71)
15. 股骨干骨折家庭治疗时应注意哪些问题?	(72)
16. 股骨干骨折牵引、小夹板固定后如何功能锻炼?	(72)

17. 小儿股骨干骨折悬吊牵引后应注意哪些问题?	(73)
18. 髌骨骨折有哪些临床表现?	(74)
19. 髌骨骨折常用治疗方法有哪些?	(75)
20. 髌骨骨折患者治疗时应注意哪些问题?	(76)
21. 髌骨骨折的患者如何进行功能锻炼?	(77)
22. 什么样的疾病要行人工膝关节置换?	(78)
23. 怎样保护置换术后的膝关节?	(79)
24. 什么是胫腓骨骨折? 怎样判断是否发生了胫、腓骨 骨折?	(79)
25. 发生了胫腓骨骨折怎么办?	(79)
26. 胫腓骨骨折的患者如何进行功能锻炼?	(80)
27. 下肢骨折石膏外固定后膝关节僵硬怎么办?	(80)
28. 下肢石膏拆除后进行关节功能锻炼应该注意哪些 问题?	(83)
29. 踝关节骨折分几种? 踝关节骨折有哪些临床表现? ...	(83)
30. 踝关节骨折治疗后应注意哪些问题?	(84)
31. 踝关节骨折的患者应如何进行功能锻炼?	(84)
32. 踝关节骨折去除外固定后可用哪些中药方熏洗? ...	(85)
第5章 脊柱和骨盆骨折	(87)
1. 什么是脊柱骨折? 如何判断是否发生脊柱骨折?	(87)
2. 脊柱骨折的患者应如何搬运?	(87)
3. 怎样判断是否发生了椎体压缩骨折?	(89)
4. 脊柱骨折治疗及护理过程中要注意哪些问题?	(90)
5. 脊柱骨折后如何进行心理护理?	(92)
6. 脊柱骨折的患者如何进行功能锻炼?	(92)
7. 什么是骨盆骨折?	(95)
8. 骨盆骨折治疗过程中要注意哪些问题?	(95)
9. 骨盆骨折的患者如何进行功能锻炼?	(96)
10. 长期卧床腰背肌萎缩如何进行功能锻炼?	(97)

第6章 骨折并发症护理与调养	(99)
1. 骨折后常见的并发症有哪些?	(99)
2. 骨折并发症会危及生命吗?	(99)
3. 骨折并发症会致残吗?	(99)
4. 什么是缺血性挛缩,骨折早期如何预防?	(100)
5. 患者发生脂肪栓塞有哪些表现,应如何避免?	(100)
6. 压疮是怎样形成的?如何预防及护理?	(101)
7. 骨折患者怎样护理才能预防坠积性肺炎的发生?	(102)
8. 为什么长期卧床的患者会并发尿路结石或感染? 怎样预防?	(102)
9. 怎样观察骨折患者是否有下肢血栓形成?	(103)
10. 骨折晚期为什么会并发缺血性骨坏死?	(103)
11. 开放性骨折患者怎样预防感染的发生?	(103)
12. 怎样对骨折患者进行心理护理?	(104)
第7章 骨关节脱位	(105)
1. 什么是骨关节脱位?	(105)
2. 骨关节脱位是怎样分类的?	(105)
3. 骨关节脱位有哪些表现?	(105)
4. 骨关节脱位的急救原则是什么?	(106)
5. 如何护理骨关节脱位患者?	(106)
6. 脱位后可能出现的并发症有哪些?	(107)
7. 关节脱位的治疗原则是什么?	(107)
8. 手术切开复位的适应证有哪些?	(108)
9. 颞颌关节脱位的诊断要点有哪些?	(108)
10. 新鲜颞颌关节脱位如何行手法复位?	(108)
11. 肩关节脱位的诊断要点有哪些?	(109)
12. 新发生的肩关节脱位复位方法有哪几种?	(109)
13. 肩关节脱位复位后如何固定及功能锻炼?	(111)
14. 肘关节脱位的诊断要点有哪些?	(111)

15. 新发生的肘关节脱位复位方法有哪几种?	(111)
16. 肘关节脱位复位后如何固定及功能锻炼?	(111)
17. 小儿桡骨头半脱位是如何发生的?	(113)
18. 小儿桡骨头半脱位如何诊断?	(113)
19. 髌关节脱位的诊断要点有哪些?	(114)
20. 新生儿先天性髌关节脱位如何检查?	(114)
21. 新发生的髌关节脱位复位方法有哪几种?	(115)
22. 髌关节脱位复位后如何固定及功能锻炼?	(117)
23. 髌骨脱位的诊断要点有哪些?	(117)
24. 髌骨脱位是如何发生的?	(118)
25. 髌骨脱位复位后如何固定及功能锻炼?	(118)
第 8 章 骨折患者膳食调养	(119)
1. 骨折后膳食原则是什么?	(119)
2. 骨折后的饮食禁忌有哪些?	(119)
3. 骨折患者怎样平衡饮食营养?	(120)
4. 喝骨头汤能达到促进骨折愈合的目的吗?	(121)
5. 喝牛奶对骨折愈合有好处吗?	(122)
6. 骨折患者怎样防止喝牛奶后出现的腹胀、腹泻?	(122)
7. 常说的富含营养物质的食物有哪些?	(123)
第 9 章 医疗体育与健骨强骨	(124)
1. 什么是医疗体育?	(124)
2. 医疗体育分哪几类?	(124)
3. 八段锦的医疗作用与练习方法是什么?	(124)
4. 五禽戏的医疗作用与练习方法是什么?	(125)
5. 易筋经的医疗作用有哪些?	(129)
6. 打太极拳的健身作用有哪些?	(130)

第1章 骨折概述

1. 全身骨骼有哪些？

正常人体有 206 块大小不等、形态各异的骨。它们或者单个出现，或者左右成对出现，各自依其不同的功能，按一定方式和力学结构，通过关节、软骨、韧带或骨缝等方式互相联结起来，构成人体的骨骼系统，具有维持机体的形态、支撑体重及保护脏器等多种重要功能(图 1-1)。

2. 什么是骨折？

骨折在日常生活和劳动中是经常遇到的问题，究竟什么是骨折？骨折就是骨或骨小梁的完整性或连续性发生离断。既包括骨块的完全断裂，也包括骨折线很小的裂纹骨折，有的骨折线在 X 线片上需用放大镜才能发现。

3. 骨折是怎样分类的？

(1)根据骨折部位是否与外界相通，骨折可分为闭合骨折和开放骨折：闭合骨折指的是骨折处皮肤或黏膜完整，骨折断端与外界不相通；开放骨折指的是骨折附近的皮肤或黏膜破裂，骨折断端直接或间接与外界相通，如骨盆骨折导致直肠破裂，也是开放性骨折(图 1-2)。

(2)根据骨折的稳定性如何，可分为稳定骨折和不稳定骨折：稳定骨折指的是那些骨折后不易发生再移位的骨折；不稳定骨折

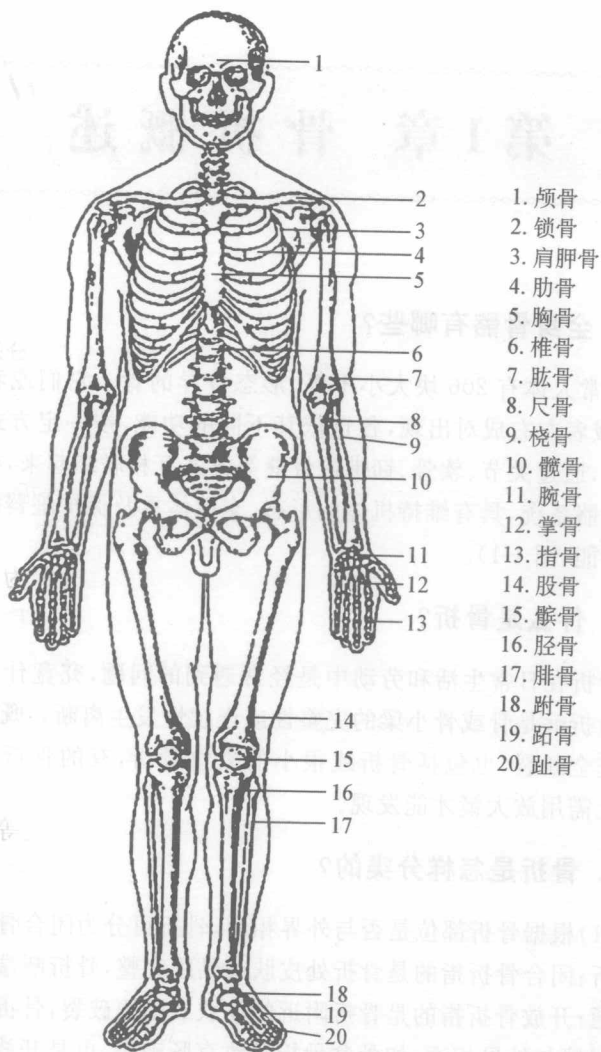


图 1-1 人体的骨骼

指的是那些骨折后不易恢复到原来的位置或无法维持对位的骨折,这种骨折的治疗复杂,也给完全愈合带来了一些困难。

(3)根据骨折线的形态分类 ①裂纹骨折:骨折部位只有1条骨折线,而骨折端没有移位。通过拍X线片,可以见到该骨折线。②青枝骨折:形态如同青嫩的树枝,尽管树枝被折断,但由于树皮等连接,不容易离断,儿童常见。③横断骨折:骨折线呈横行。④斜形骨折:骨折线一般有不同程度的倾斜。

⑤螺旋骨折:骨折线呈斜形螺旋状。⑥粉碎骨折:骨折部位出现3块以上的骨折碎片。⑦嵌插骨折:常发生在骨干骺端的骨皮质和骨松质交界处。⑧压缩骨折:常见于以骨松质为主的骨骼部位,以椎体的压缩骨折最为常见。⑨骨骺骨折:也称骨骺分离,多见于骨骺发育尚未完成,骨骺尚未闭合的青少年(图1-3)。

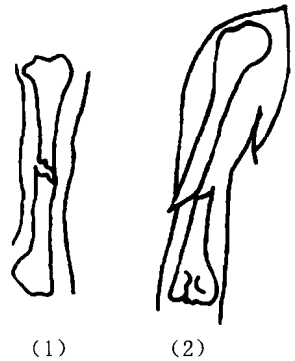


图1-2 根据骨折部分是否与外界相通分类

(1)闭合性骨折;(2)开放性骨折

4. 引起骨折的原因有哪些?

引起骨折的原因主要有两方面:一是外来暴力,如撞击、砸伤、摔伤等;二是骨质本身病变,如骨质疏松、骨肿瘤、骨髓炎等。前者引起骨折称外伤性骨折,后者引起的称病理性骨折(图1-4)。

5. 骨折后有哪些表现?

骨折后会有哪些表现呢?怎样判断自己是否发生了骨折呢?一般来说,受到外伤后出现局部的疼痛、压痛、肿胀、瘀斑及功能障碍,仅仅有这些现象还不能说明已经发生了骨折,因为这些都只是一些非特异性的表现,即使没有骨折,在软组织损伤、韧带扭伤、关节脱位时也会出现这些表现。除上述之外,骨折还有一些自己特有

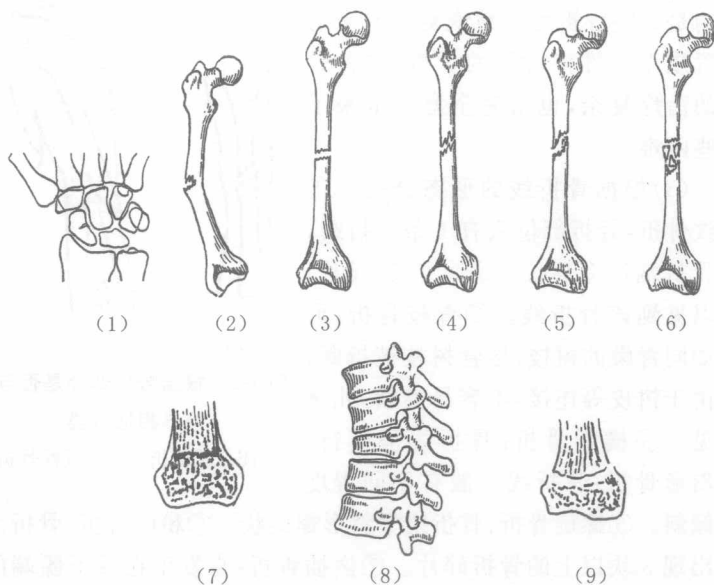


图 1-3 根据骨折线的形态分类

(1) 裂纹骨折; (2) 青枝骨折; (3) 横断骨折; (4) 斜形骨折; (5) 螺旋骨折; (6) 粉碎骨折; (7) 嵌插骨折; (8) 压缩骨折; (9) 骨骺骨折

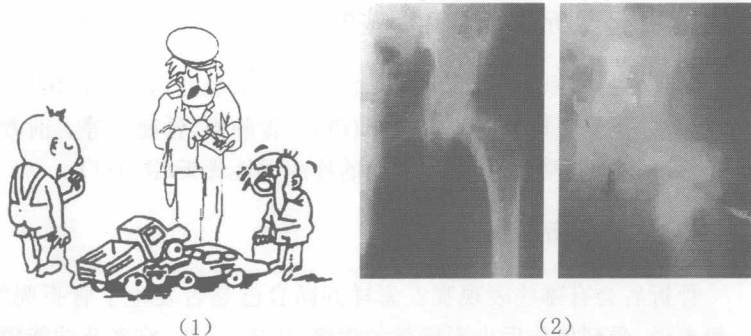


图 1-4 根据骨折原因分类

(1) 车祸等直接暴力; (2) 骨病引起的病理性骨折